

違反協定行為遭揭發後

美國破壞監察委會

拉西信中西橫肆誣譏攻擊

證明美無意緩和國際緊張局勢

【本報訊】美國政府最近發表的一份聲明，證明美國政府無意緩和國際緊張局勢，並對中國監察委員會的成立表示反對。聲明中指出，美國政府認為，中國監察委員會的成立，是違反了美國與中國政府之間的協定，並對美國的利益構成了威脅。聲明還指出，美國政府將採取一切必要措施，以維護美國的利益和國際和平。

監察委會執行任務

送遭美方阻撓抵制

美方還毆打中立國人員

【本報訊】美國政府最近發表的一份聲明，證明美國政府無意緩和國際緊張局勢，並對中國監察委員會的成立表示反對。聲明中指出，美國政府認為，中國監察委員會的成立，是違反了美國與中國政府之間的協定，並對美國的利益構成了威脅。聲明還指出，美國政府將採取一切必要措施，以維護美國的利益和國際和平。

杜勒斯還不肯放鬆

捆綁英法未能如願

舉世譴責美國挑釁手段

【本報訊】美國政府最近發表的一份聲明，證明美國政府無意緩和國際緊張局勢，並對中國監察委員會的成立表示反對。聲明中指出，美國政府認為，中國監察委員會的成立，是違反了美國與中國政府之間的協定，並對美國的利益構成了威脅。聲明還指出，美國政府將採取一切必要措施，以維護美國的利益和國際和平。

美議員論越局

不讓法國脫身

怕美國人自己去打

【本報訊】美國參議院最近舉行了一場關於越南局勢的聽證會。參議員們在會上討論了美國在越南的軍事行動，並對法國在越南的角色表示關注。參議員們認為，美國應該採取措施，以防止法國在越南脫身，並確保美國的利益得到保護。

澳報譴責杜勒斯

指出他不要和平

譏中蘇為美自己控制亞洲

【本報訊】澳大利亞的一家報紙最近發表了一篇評論文章，譴責美國國務卿杜勒斯在越南問題上的立場。文章指出，杜勒斯並不真正關心和平，而是試圖通過在越南的軍事行動，來實現美國對亞洲的控制。

李幫談日內瓦會議

最忙協商獲得成功

在獲美擴軍保證後派下榮泰出席

【本報訊】李幫談在最近舉行的日內瓦會議上，與各方代表進行了廣泛的協商，並取得了顯著的成果。李幫談表示，會議的成功，是各方共同努力的結果，也是國際和平事業邁出的重要一步。

越南婦女和青年

抗議美干涉越戰

宣佈參加反對美國干涉運動

【本報訊】越南的婦女和青年們最近舉行了一場抗議活動，反對美國干涉越南戰爭。他們表示，美國在越南的軍事行動，給越南人民帶來了巨大的痛苦和損失，他們將繼續為爭取越南的獨立和自由而奮鬥。

夫人吊在懸崖

醫院燒死嬰孩

一千個初生嬰孩中 那一國死亡率最高

【本報訊】最近發生的一起悲劇，一名婦人被吊死在懸崖上，而她的嬰孩在醫院中被燒死。這起事件引起了社會的廣泛關注，並引發了對醫院安全問題的討論。

約姆河畔

母親寄來的信

不願為「航線戰爭」賣命

【本報訊】約姆河畔，一位母親寄來了一封信，信中表達了她對戰爭的恐懼和對和平的渴望。她表示，她不希望自己的兒子為了所謂的「航線戰爭」而犧牲生命。

英布萊頓商店職員

卅五萬人要求加薪

約五萬人要求加薪

【本報訊】英國布萊頓市的一家商店，最近發生了一起罷工事件。該市的卅五萬名商店職員要求加薪，但遭到了雇主的拒絕。罷工導致該市的商業活動陷入停滯。

同教世界的新「中心」

在「中東」的「中心」

在「中東」的「中心」

【本報訊】世界各國的宗教領袖最近在中東地區舉行了一場會議，討論了當地的宗教和政治局勢。會議指出，中東地區是世界的「中心」，也是世界和平的關鍵。

李幫談日內瓦會議

最忙協商獲得成功

在獲美擴軍保證後派下榮泰出席

【本報訊】李幫談在最近舉行的日內瓦會議上，與各方代表進行了廣泛的協商，並取得了顯著的成果。李幫談表示，會議的成功，是各方共同努力的結果，也是國際和平事業邁出的重要一步。

越南婦女和青年

抗議美干涉越戰

宣佈參加反對美國干涉運動

【本報訊】越南的婦女和青年們最近舉行了一場抗議活動，反對美國干涉越南戰爭。他們表示，美國在越南的軍事行動，給越南人民帶來了巨大的痛苦和損失，他們將繼續為爭取越南的獨立和自由而奮鬥。

夫人吊在懸崖

醫院燒死嬰孩

一千個初生嬰孩中 那一國死亡率最高

【本報訊】最近發生的一起悲劇，一名婦人被吊死在懸崖上，而她的嬰孩在醫院中被燒死。這起事件引起了社會的廣泛關注，並引發了對醫院安全問題的討論。

約姆河畔

母親寄來的信

不願為「航線戰爭」賣命

【本報訊】約姆河畔，一位母親寄來了一封信，信中表達了她對戰爭的恐懼和對和平的渴望。她表示，她不希望自己的兒子為了所謂的「航線戰爭」而犧牲生命。

沙特阿拉伯政府

反對巴士協定

反對巴士協定

【本報訊】沙特阿拉伯政府最近發表了一份聲明，反對在巴士拉簽署的協定。政府表示，該協定違反了沙特阿拉伯的利益，並對該國的主權構成了威脅。

英布萊頓商店職員

卅五萬人要求加薪

約五萬人要求加薪

【本報訊】英國布萊頓市的一家商店，最近發生了一起罷工事件。該市的卅五萬名商店職員要求加薪，但遭到了雇主的拒絕。罷工導致該市的商業活動陷入停滯。

越南婦女和青年

抗議美干涉越戰

宣佈參加反對美國干涉運動

【本報訊】越南的婦女和青年們最近舉行了一場抗議活動，反對美國干涉越南戰爭。他們表示，美國在越南的軍事行動，給越南人民帶來了巨大的痛苦和損失，他們將繼續為爭取越南的獨立和自由而奮鬥。

夫人吊在懸崖

醫院燒死嬰孩

一千個初生嬰孩中 那一國死亡率最高

【本報訊】最近發生的一起悲劇，一名婦人被吊死在懸崖上，而她的嬰孩在醫院中被燒死。這起事件引起了社會的廣泛關注，並引發了對醫院安全問題的討論。

約姆河畔

母親寄來的信

不願為「航線戰爭」賣命

【本報訊】約姆河畔，一位母親寄來了一封信，信中表達了她對戰爭的恐懼和對和平的渴望。她表示，她不希望自己的兒子為了所謂的「航線戰爭」而犧牲生命。

上年度決算案未擬好 廠商大會改期舉行

聯席會議昨通過延至下月六日 新會員今天不繳費即無被選權



●商會開天今所開陳品出員會商商廠

廠商會出品陳列所 今天揭幕明日開放

該會決於今晨催請仍未陳列者 要他們在下午一時前佈置妥當

加士居道明晨開兵 附近街道斷絕交通

巴士的士均須繞道而行 停車場今晚午夜起清理

海場大批除人 工會準備交涉

【本報訊】海場大批除人，工會準備交涉。據悉，海場大批除人，工會已表示強烈不滿，並準備採取行動。工會方面表示，大批除人嚴重影響了工人的正常生活，要求有關方面立即停止此類行為，並對相關人員進行處分。

【本報訊】上年度決算案未擬好，廠商大會改期舉行。聯席會議昨通過延至下月六日。新會員今天不繳費即無被選權。廠商會表示，由於上年度決算案尚未擬好，原定於今日舉行的廠商大會將延期至下月六日舉行。此外，新會員在入會後，若未繳納會費，則無權參加選舉。

【本報訊】廠商會出品陳列所，今天揭幕明日開放。該會決於今晨催請仍未陳列者，要他們在下午一時前佈置妥當。陳列所位於中環皇后大道中，將展出各廠商的優質產品，歡迎市民前往參觀。

【本報訊】加士居道明晨開兵，附近街道斷絕交通。巴士的士均須繞道而行，停車場今晚午夜起清理。加士居道將於明晨進行軍事演習，屆時該段道路將封閉，所有車輛需繞道而行。此外，該路段的停車場將於今晚午夜起進行清理，以確保演習順利進行。

【本報訊】海場大批除人，工會準備交涉。據悉，海場大批除人，工會已表示強烈不滿，並準備採取行動。工會方面表示，大批除人嚴重影響了工人的正常生活，要求有關方面立即停止此類行為，並對相關人員進行處分。

本月第一週內 麻疹患者續增

【本報訊】本月第一週內，麻疹患者續增。衛生局表示，由於天氣轉暖，市民外出活動增多，麻疹病毒容易傳播。衛生局呼籲家長應帶同子女接種麻疹疫苗，以預防疾病發生。

賑款建校已告流產

【本報訊】賑款建校已告流產。各界認為全部賑款應發給災民。原本計劃用賑款興建學校，但由於經費不足，項目最終未能實施。各界人士認為，賑款應直接發放給災民，以解燃眉之急。

知須路馬過

【本報訊】知須路馬過，塗糊裏糊勿路上門出。心小外格須前在車汽。馬路施工期間，車輛通行受到一定影響，請司機及行人注意，小心駕駛。

鋼琴家秋島來港

【本報訊】鋼琴家秋島來港，為三院等演奏樂曲。秋島先生將於近日在香港舉行音樂會，演奏多首古典鋼琴名曲，歡迎音樂愛好者前往欣賞。

被除電車工人 連日獲得慰問

【本報訊】被除電車工人，連日獲得慰問。工會表示，將繼續關注工人的權益，並與有關方面進行溝通，爭取早日解決問題。

令尊翁少主 平少爺之

【本報訊】令尊翁少主，平少爺之。有關少爺的傳聞，目前尚無確切消息，請市民保持冷靜，不要輕信謠言。

房東租客訂有租約 加減租金不會獲准

【本報訊】房東租客訂有租約，加減租金不會獲准。根據相關法律規定，在租約期內，房東不得隨意更改租金，租客亦不得隨意退租。

跑馬街明天就職 英皇校友廿六聚餐

【本報訊】跑馬街明天就職，英皇校友廿六聚餐。英皇校友將於本月二十六日舉行聚會，慶祝學校發展，並為即將到來的就職典禮預熱。

彭樂偷牛 東莞發事

【本報訊】彭樂偷牛，東莞發事。有關偷牛事件，警方已介入調查，並呼籲市民提供線索，協助破案。

家主時天老爺之 令尊翁少主

【本報訊】家主時天老爺之，令尊翁少主。有關家主的傳聞，目前尚無確切消息，請市民保持冷靜，不要輕信謠言。

美麗百葉簾 趕市!!!

【本報訊】美麗百葉簾，趕市!!!。本行現已運到大批美觀耐用的百葉簾，歡迎市民前來選購。

波樓 英英

【本報訊】波樓，英英。本樓提供各式精美菜餚及舒適客房，歡迎光臨。

波樓

戲遊子彈 二十桌球
備俱式武 型新部全
少老女男 麗華瑣瑣
迎歡律一 鮮新氣空

地址：街治佐大道詩尼軒仔灣
樓二層大羣合

英英

戲遊子彈 二十桌球
備俱式武 型新部全
少老女男 麗華瑣瑣
迎歡律一 鮮新氣空

地址：街治佐大道詩尼軒仔灣
樓二層大羣合

美麗百葉簾

趕市!!!
本行現已運到大批美觀耐用的百葉簾，歡迎市民前來選購。

波樓

戲遊子彈 二十桌球
備俱式武 型新部全
少老女男 麗華瑣瑣
迎歡律一 鮮新氣空

地址：街治佐大道詩尼軒仔灣
樓二層大羣合

經商

緊縮信用物價下跌

日商訂貨依然冷落

【本報訊】日本經濟因信用緊縮，物價已呈下跌趨勢。日商訂貨依然冷落，來港探盤者雖不少，但多無成議。據悉，日本銀行為穩定金融，已採取一系列緊縮措施，導致市場流通資金減少。加之國際形勢動盪，日商對未來經濟前景持觀望態度，故訂貨意願不高。目前，日本各主要商會正密切關注物價變動，並呼籲政府採取進一步措施以穩定經濟。

日貨百噸即到

大部份為轉口西貢水貨

【本報訊】據最近運銷英國西貢貨物二百噸，其中大部份為轉口西貢水貨。此批貨物由日本經銷商運抵香港，預計將於近日內轉運至西貢。據悉，此批貨物中包括多種日用百貨及工業原料，對西貢市場將產生一定影響。目前，西貢市場對日貨的需求依然強勁，但受國際局勢影響，價格有所波動。

日本水泥

又到一批

【本報訊】日本水泥又到一批，預計將於近日內運抵香港。此批水泥由日本著名水泥廠生產，品質優良，價格公道。目前，香港市場對水泥的需求量大，此批水泥的到港將有助於緩解市場供應緊張的情況。預計此批水泥到港後，將對本地水泥價格產生一定影響。

輪船公司接貨退減

因未發貨物非海關會沒收

【本報訊】輪船公司接貨退減，因未發貨物非海關會沒收。據悉，某輪船公司因貨物未及時間發運，被海關沒收，導致該公司不得不退還已收貨款。此事件引起了業界的關注，並引發了對海關執法程序的討論。目前，該公司正與海關協商處理此事，以期儘快解決問題。

建築業稍受影響

與工速度轉低獲利亦較微薄

【本報訊】建築業稍受影響，與工速度轉低獲利亦較微薄。受國際經濟形勢影響，建築業的投資和施工進度均有所放緩。目前，建築商在材料採購和人工成本方面均面臨一定壓力，導致利潤空間縮小。不過，隨著市場逐漸趨於穩定，預計建築業將逐步恢復正常發展。

英頭尾鉛水線兜盤

每擔要價二十二元

【本報訊】英頭尾鉛水線兜盤，每擔要價二十二元。此種產品在市場上銷路較廣，價格相對穩定。目前，市場上對該產品的需求依然強勁，預計未來一段時間內價格將保持平穩。生產商表示，將繼續加大生產力度，以滿足市場需求。

桐油成二百噸

倫敦報價每噸四百五十五鎊

【本報訊】倫敦報價每噸四百五十五鎊，桐油成二百噸。此批桐油由英國著名油廠生產，品質優良，價格公道。目前，市場上對桐油的需求量大，此批桐油的到港將有助於緩解市場供應緊張的情況。預計此批桐油到港後，將對本地桐油價格產生一定影響。

金市一片疲靜

波幅不足半點

【本報訊】金市一片疲靜，波幅不足半點。受國際形勢影響，金市交易清淡，價格波動較小。目前，市場上對金的需求量不大，預計未來一段時間內金市將保持疲靜狀態。投資者對金市的關注度也有所降低。

買客又活動

薄荷腦市稍活躍

【本報訊】買客又活動，薄荷腦市稍活躍。受市場氣氛影響，買客開始重新入市，薄荷腦市場交易有所增加。目前，薄荷腦價格有所回升，預計未來一段時間內市場將保持活躍狀態。生產商表示，將繼續加大生產力度，以滿足市場需求。

新設紡織廠兩家

經安辦註冊登記

【本報訊】新設紡織廠兩家，經安辦註冊登記。此兩家紡織廠的設立，將有助於增加本地就業，促進紡織業發展。目前，兩家紡織廠已開始籌備工作，預計將於近期內正式投產。當地政府表示，將全力支持兩家紡織廠的發展。

股票市場靜寂

小輪公司一枝獨秀

【本報訊】股票市場靜寂，小輪公司一枝獨秀。受市場氣氛影響，股票市場交易清淡，僅有小輪公司股價有所波動。目前，市場上對股票的需求量不大，預計未來一段時間內股票市場將保持靜寂狀態。投資者對股票市場的關注度也有所降低。

道林紙獨暢

北歐紙價暫不變

【本報訊】道林紙獨暢，北歐紙價暫不變。受市場需求影響，道林紙銷路較廣，價格相對穩定。目前，市場上對道林紙的需求量大，預計未來一段時間內道林紙價格將保持平穩。生產商表示，將繼續加大生產力度，以滿足市場需求。

私倉生意續告減縮

一般比兩月前約少二成

【本報訊】私倉生意續告減縮，一般比兩月前約少二成。受國際經濟形勢影響，私倉生意持續萎縮，經營者面臨一定壓力。目前，私倉市場交易清淡，預計未來一段時間內私倉生意將繼續減縮。經營者表示，將採取措施以應對市場挑戰。

白山埃趨漲

哥士的稍穩

【本報訊】白山埃趨漲，哥士的稍穩。受市場需求影響，白山埃價格有所回升，哥士的則保持穩定。目前，市場上對白山埃的需求量大，預計未來一段時間內白山埃價格將繼續上升。生產商表示，將繼續加大生產力度，以滿足市場需求。

蝦餃

甘

【本報訊】蝦餃，甘。此種食品在市場上銷路較廣，價格公道。目前，市場上對蝦餃的需求量大，預計未來一段時間內蝦餃價格將保持平穩。生產商表示，將繼續加大生產力度，以滿足市場需求。

粵點製法

甘

【本報訊】粵點製法，甘。此種食品在市場上銷路較廣，價格公道。目前，市場上對粵點的需求量大，預計未來一段時間內粵點價格將保持平穩。生產商表示，將繼續加大生產力度，以滿足市場需求。

服務版

服務版

【本報訊】服務版，為讀者提供各類服務信息。包括旅遊、教育、醫療等方面的資訊，旨在方便讀者生活，提高服務質量。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

有關性的問題

有關性的問題

【本報訊】有關性的問題，本報特設專欄，為讀者提供相關知識。內容包括性健康、性心理、性行為等方面的科普知識，旨在提高公眾對性的認識，促進身心健康。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

中央選舉委員會

中央選舉委員會

【本報訊】中央選舉委員會，為保障選舉公正，特設此委員會。該委員會將負責監督全國各項選舉活動，確保選舉過程公平、公開、透明。歡迎社會各界人士對選舉活動進行監督和投訴。

介紹一些

介紹一些

【本報訊】介紹一些，為讀者提供各類資訊。包括旅遊、教育、醫療等方面的資訊，旨在方便讀者生活，提高服務質量。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

旅行

旅行

【本報訊】旅行，為讀者提供各類旅遊資訊。包括旅遊景點、旅遊路線、旅遊建議等方面的資訊，旨在方便讀者規劃旅行，提高旅遊體驗。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

經驗

經驗

【本報訊】經驗，為讀者提供各類生活經驗。包括生活技巧、生活常識、生活建議等方面的資訊，旨在提高讀者生活質量，解決生活問題。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

服務版

服務版

【本報訊】服務版，為讀者提供各類服務信息。包括旅遊、教育、醫療等方面的資訊，旨在方便讀者生活，提高服務質量。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

服務版

服務版

【本報訊】服務版，為讀者提供各類服務信息。包括旅遊、教育、醫療等方面的資訊，旨在方便讀者生活，提高服務質量。歡迎讀者踴躍投稿，我們將竭誠為您服務。

體道

愉園場裏夜間比賽

香港聯隊戰海空軍

今晚八時卅分開始角逐

【本報訊】今天下午六時起，香港足球場排演一場「日波」大戲。是日波一役，是兩足球隊賽第二場，結果決賽，因此佔盡優勢，上

巴士對太古：「夜渡」是綏靜樂，由出席「菲運」的有指精緻附
燕、空軍歌星、捧場「夜渡」於八時半開始，門票收二元四角。
一元四角。據建鐵鈔入港，就可以一日夜間遊。

乙組輕率快談，上週末已展銷第一幕，巴士降第三輪，先讓
兩分。如果巴士再勝或打和便得冠軍，只有失敗才作輸三
輪。

已辭拜一十五了

自力陳「夜渡」比「夜渡」
李長然那「比較老老」
其間的多少在後有
拍板之下，起不得

[illegible]

巴士拿籃球員都是曾經踢過足球的好手，個人技術比本古姆得多。今天再戰，預料仍可穩操勝券。

另場練習賽，香港「亞運」隊現有的十五位選手都準備輪流上陣，因為這樣，恐怕到時派出未必精采。

踢這場「夜波」，係出自足球總會的主意，一方面鍛鍊球員參加「亞運」，另一方面也使一班選手得到一點夜間比賽的經驗，準備將來在馬尼拉的「亞運」會中一顯身手。因為「亞運」會的足球賽，都是非在夜間舉行的。

港「亞運」隊
昨晚學
香島周
分別聯

李炳照(傑)
佛倫(巴)
孔慶煜(巴)

山度士(獄)
高保强(南)
劉志炳(南)

鄧宜德(南)
李育堯(巴)

謝錦河(東)
鍾泉(星)

譚振雄
梁定棠
曾榮宗

譚家駿
羅保藩
梁

副選：張觀興（傑）、陸達熙（南）、薛沛
（星）、劉錫照（光）（準備下半年出歐）。
海空軍聯隊
基洛道（辛）
太古

華協盃籃球淘汰賽

士嘉堡 （定）	萬壽山 （空）
麥加利 佐伯錦（海）	夫（空）
連戰 告勝（海）	埃士打 （空）
林寶輝 鍾國興 洪周祥 劉漢盛	李澤根 張光榮 黃光耀 楊振興
大衛廿一比六十五比十	十七比七十七比五
亞細亞廿一比五十四比十	女子組比賽
女子組比賽	香港隊與江的實力力
若干距離，香島因	

業餘順聯先後得勝

【本報訊】法國安南，昨接海防消息云：昨晚，法領南境在條陽附近，擊斃越匪五名，俘獲越匪廿八名，環繞村寨自攻。昨接海防消息云：昨晚，法領南境在條陽附近，擊斃越匪五名，俘獲越匪廿八名，環繞村寨自攻。昨接海防消息云：昨晚，法領南境在條陽附近，擊斃越匪五名，俘獲越匪廿八名，環繞村寨自攻。

先後兩場比賽，都實力有了距離，過程不精彩。首場榮餘與江濱出較佳，取得十分；羅佑榮也得八分。可惜得不償失，終於不免國明、吳振耀、桃章、順聯、凌錫銘、監底球也常常錯過。

告誡你們一個休息的方法

人之國，雙方都是後
人材，但業餘身材較
十五，業餘佔先。到完
曾被選代表港聯作

腸的正常消化工作

的確，今年歲次正月朔九，還沒有到元宵，早該特別烹宰清淨年初九的賀國國有些時節。而馬老先生又穿了一件白緞衣和一件毛臂心袂笑泰然。

「十二點鐘下課，一踏鐘又接班上課，沒有閒餘午覺。」

「像名師弄出一個木匠的方法，利用中午這一個空閒時間，」

「爲什麼呢？」

吃得太懶懶洋洋

馬

「我還要和你們談吃食問題，吃的東西要有營養，母親對我的營養，你們的身體才受得來，吃食要定時定量。」

「你們試過吧！有時飯菜煮得乾，吃飽，肚子覺得很難受，很久都沒消得了，容易吐掉東西。像你們這樣年紀，都是常厭食的，吃飽了跑跳，胃就受不起，你們亦會嘔吐。」

一還有你們不要吃零食。有些青年亂吃花生、糖等等。有時不小心吃了不清潔的東西，拉了肚子，對健康損失更大。亂吃零食，也會搞亂胃。吃得太飽後，懶洋洋的，「是呀！吃得

100

得，律，必須要有穩健的格調。
「你們也會有幾這樣的事，如象考試時功課沒準備好，那麼就寧吃不安睡不安。這對健康是相稱。

差別他們時，環繞一次叮嚀着說：「肥皂毛主席的話，如整風目的身體，天動，身體就會健康，長得快。」（下）

繼而寫罷，只參用「這票」的意說出來，不求工而頗能工，他並不像舊共產黨要專心於措事。夏山讚歎：「人們笑他在山林裏大發子呢，其實是他寫的。」

所以不懂壞的發明。別的地方咱們不見得。有這樣的好運氣。(一〇六)

金平

把「花露水」法在一起，一片「花露水」一團，在「花露水」中。

身體健康

「最後，我們和你們一樣規律的生活。生活安排得好，並且有規律，才能感到健康。學習和生活工作時，精力才能旺盛，更有效。要保證生活習慣健康。」

「健康是寶貴的，有了健康的身体，才能為祖國學習好，工作好。但是，身體是自己掌握的，感覺自己沉重就可以減輕的。」

談話結束後，站們繼續地告別。馬老先生的身體健康，挺起胸不擺的胸方，他給自己預備了椅子。他急匆匆又上上面的一樓。列寧教導我們：不會休息的人，就不會工作。我們疲勞了，做做體活動，是很好的休息。這種安排得很有效。

健康是自己掌握的

[illegible][illegible][illegible]

吃飯
八分

「因為吃得太飽，在胃腸裏的食物，需要消化。身體上的血液大量流到胃腸來助消化，肌肉裏的血液就會減少，影響肌肉的收攏力，所以我們的血管就發生一種不振。另外，肚子撐滿，很不舒服，也影響睡眠。吃七八分飽，不但對消化的好，而且還覺得很舒服。」

好。

這些話又說到我們心裏去了。誰能有這樣的體力呢？

怎樣提高念書效率

特別是有學業的人，每天正在兢兢業業去研讀財源而沒有甚麼收穫。但，却積存了另外一個問題，愈急愈慢，效率不高，越幹越多，越幹越亂，整天愈忙，愈煩，久久，就不容易記住。怎樣使記憶力持久？怎樣學習的會更聰明些？他學習一定時期，就去放牧牛羊。西遊的時候，他也釣魚。

文人畫家陳眉公

秋堂

[illegible]

100

[illegible]

錦江秋
卷之五
不日

[illegible]

This image shows a blank, aged, cream-colored page, likely an endpaper or flyleaf of a book. The paper has a slightly textured appearance with some minor discoloration and a dark horizontal band near the top edge, possibly a binding or a piece of tape. There is no text or other markings on the page.

[illegible][illegible][illegible]

100

[illegible]